



新本っ子

学校通信 No. 36
令和5年11月発行
新本小学校

【学校教育目標：豊かな人間性をもち、実践力のある子どもを育成する】

令和5年11月8日

新 自分で考える子 **本** 本気で取り組む子 **義** きまりを守る子 **民** みんな仲良く元気な子

食物の働き【5大栄養素】 ～食育指導【5年生】～



10月31日(火)、給食センターの給食時学校訪問が5年生でありました。総社市学校給食センターえがおの栄養教諭、平田 敦子先生に食育指導をしていただきました。

内容は食物の5大栄養素。ご飯(米)、魚、肉、野菜などの食物は、炭水化物、脂質、たんぱく質、無機質、ビタミンの5つの栄養群に分けられること、それぞれの栄養群の食物には体に大切な働きがあり、エネルギーになる、体をつくる、体の調子を整えるといった働きをすることを教えていただきました。そして当日の給食【ごはん(炭水化物)、いか(たんぱく質)、牛乳(無機質)、野菜(ビタミン)…】を例に、給食には、毎日5つの栄養素が全て採れるようバランスを考えて作られていることを学びました。

健康であるためには、バランスのとれた食生活が大切です。給食の時間は、学校生活の中で楽しい憩いの時間であり、そして食育を推進する大切な時間です。給食時間を通して、栄養のバランスを考えた食生活の力も養えるよう、連携を図りながら、食育に努めていきたいと思ひます。



勇気【11月6日 朝礼講話】

今月の品格目標は勇気です。今から約2500年前の中国の孔子(こうし)という偉い学者さんの言葉に『義を見てせざるは勇なきなり』という言葉があります。意味は「人が行うべき正義と知りながらそれをしないことは、勇気がないのと同じことだ」「目の前に困っている人を見かけたら、見て見ぬふりをするのではなく、助けようとするのできる人こそが、勇気を持った人である」という意味になります。

皆さんも、黙って見過ごすことのできない場面で、人として勇気をだして行動しなければならない時があるかも知れません。勇気についてお話をもとに考えてみます。【勇気に関連した小学生の作文】

このお話の小学生は勇気について、一生けんめいに考えていますね。友だちがいじめている子に「やめなよ。かわいそうだよ。」と勇気を出して、注意する行動に感動やすばらしさを感じています。次に同じ場面に立ち会ったらこの小学生は勇気を出して行動できると思います。皆さん同じ場面に立ち会ったら、どうしますか。勇気を出して注意しますか。自分では注意できないけれど、先生に教えるという人もいるかもしれませんね。今月の品格ポスターには「正しいと思うことを進んで実践していますか」と書かれています。皆さんも、身の回りの小さなことからでも勇気を出せる人になってほしいと願っています。

